№. 30. Warszawa 27 Lipca 1907 r. Rok 2.

Warunki prenumeraty: w Warszawie: rocznie Rb. 4, półrocznie Rb. 2, kwartalnie Rb. 1. W Królestwie i Cesarstwie: rocznie Rb. 5, półrocznie Rb. 2.50, kwartalnie Rb. 1.25. Zagranicą rocznie Rb. 6. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. 5 Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń:

Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce:
Na 1 stronicy okładki 30 kop.
Na innych stronicach 20 kop
Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 kop.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.
Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.** Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2. Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.

MYDŁA Z PRZEPISU D-ra Lustra

specyalisty lekarskiej kosmetyki i chorób włosów z Krakowa, wyrobu fabryki „Tlen“.

Mydło neutralne do konserwowania i udelikatnienia cery, tudzież do mycia twarzy i ciała dzieci.
Mydło alkaliczne № I (lub bez numeru) do cery połyskującej (tłustej), skłonnej do wągrów i zżółceń.
Mydło alkaliczne № II do cery tłustej, skłonnej do pryszczy.
Mydło od łupieżu.
Sposób użycia załączony do każdego mydła.
Do nabycia wszędzie.

MUIRACITHIN.

przeciwko przedwczesnemu **osłabieniu nerwowemu,**
zgodnie z poglądami współczesnej nauki.
znakomity środek wzmacniający
przy wszystkich zaburzeniach układu nerwowego ośrodkowego, żołądka oraz przy przeciążeniu umysłowem

Z pośród licznych odezw przytaczamy niektóre:

D-r Braun w Wiedniu: „Wpływ ujawnił się w **poprawie stanu nerwowego** chorych“

Prof. d-r Goll, Zürich: „Muiracitina poprawia apetyt, trawienie; chorzy nabierają zdrowego wyglądu“.

D-r Popper (z kliniki prof. Senatora w **Berlinie**): „Muiracitina przedstawia cenny nabytek dla medycyny“.

D-r M. A. w Pawłowsku: „Muiracitina usprawiedliwiła pokładane w niej nadzieje i okazała się doskonałą“.

„Miałem jeden przypadek pomyślnego działania Muiracitiny. Proszę ogłosić mój przypadek“.

Lekarz M. I. K. Lekarz ambulatoryum Goljańskiego.

„Na podstawie obserwacyi swoich przyszedłem do przekonania, iż Muiracitina jest środkiem specyficznym, wywierającym znaczny wpływ na ośrodki mózgordzeniowe. Muszę zauważyć, iż w tych przypadkach niemocy płciowej, gdzie środka tego nie stosowałem, nie widziałem tak szybkiego i pewnego działania“

D-r S. W. K. Ordynator etatowy Szpitala wojskowego w Kazaniu.

„Miałem sposobność stosować Muiracitinę w 6 przypadkach. We wszystkich przypadkach preparat okazał się bezwarunkowo skuteczny. W Muiracitinie medycyna uzyskała potężny środek, który w przyszłości odniesie świetne zwycięztwo.

D-r K. w Aschabadzie.

Obszerną literaturę wraz z odezwami rozsyła się darmo.
Muiracitinę można dostać we wszystkich głównych aptekach.

i w: 1) Akc. Tow. Henryk Welt. Warszawa Przejazd 5.
2) Łasku Piotrk. gub. w aptece Bronisława Wład. Borkowskiego.

Główny skład: Kantor preparatów chemicznych, Petersburg, Newski pros. № 28, d. Singera.

Wiele miljonów!! Pluskiew, Prusaków, Karaluchów, Pcheł, Much, Moli, Mrówek etc.
tępi corocznie patentowany środek
Insektin fabrykanta E. Schultz, Katowice g/Sz.
Żądać w aptekach i składach aptecznych.
Jedyny reprezentant na Królestwo i Cesarstwo:

Farmaceutyczne i Chemiczne T-wo Akcyjne
HENRYK WELT Warszawa, Przejazd 5

Najlepszemi mydłami do mycia, **udelikatniającemi** skórę są

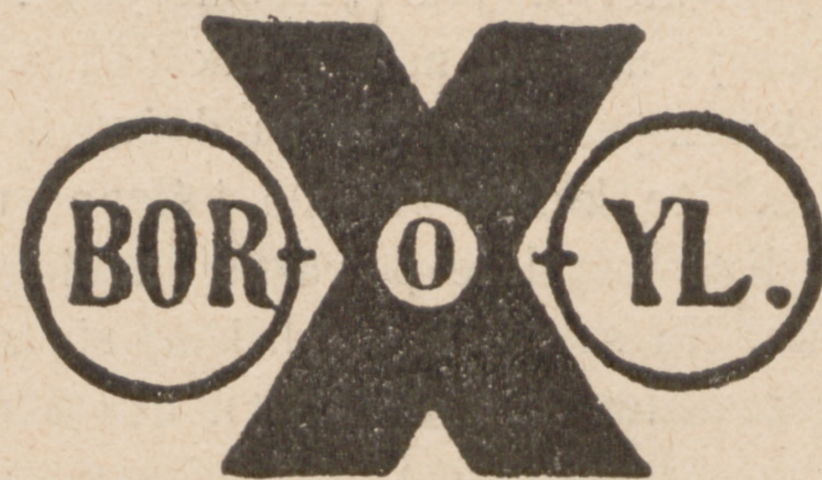
Mydła przetłuszczone hygieniczne



wyrobu Apteki

M. Malinowskiego

w Warszawie, **Nowy Świat 35.**



BOROXYL

Ochronna marka zatwierdzona w Rossyi za № 3717.

Płyn do utrzymania twarzy w ciągłej odporności przeciw wszelkim atmosferycznym i innym zewnętrznym szkodliwym wpływom. Przyjemnie chłodzi i odświeża twarz, nadając cerze delikatną i matową białość. Żądać w składach aptecznych i perfumerjach.

Cena flakonu w Królestwie Polskiem 60 kop. w Cesarstwie 75 kop. Główny skład w Warszawie: w aptece **Żelazna Brama № 8**, oraz w znaczniejszych składach aptecznych i perfumerjach.

Prenumerata „Kosmetyki“ w Galicji wynosi: rocznie koron 15, półrocznie kor. 7.50 hal. kwartalnie kor. 3.75 hal.
Główne zastępstwo na Galicję w księgarni G. Gebethnera i Spółki w Krakowie.

MYDŁO OGÓRKOWE kawałek 30 kop.
KREM OGÓRKOWY tubka 25 kop.
SRIRYTUS OGÓRKOWY flakon 60 kop.
poleca
Tow. Akc.
Fryderyk Puls
W WARSZAWIE
Skład główny: Plac Teatralny № 11.
Filja: Nowy Świat № 41.
DOSTAĆ MOŻNA WSZĘDZIE.

Dr. Luster — Kraków.

Odpowiedź na dyskusyę w sprawie reformy stroju kobiecego*).

Zanim podamy zasady, na których oprzeć się winna reforma stroju kobiecego, zaspokoimy ciekawość uczestniczek dyskusyi, co nam dziś trudności nie przysporzy — po wyłuszczonych poprzednio wadach dzisiejszego stroju.

Dyskusya na łamach „Kosmetyki“ w przedmiocie reformy stroju kobiecego obudziła usprawiedliwione zainteresowanie, świadczące z jednej strony o ruchliwej i uznania godnej pracy Redakcyi, która wytrwale dąży do uświadomienia ogółu czytelników w zakresie pielęgnowania zdrowia i urody, z drugiej zaś strony—o łączności czytelników z pismem, oraz o potrzebie takiego wydawnictwa jak „Kosmetyka“.

Plon dyskusyi uważać należy tak pod względem ilościowym, jakoteż jakościowym za dodatni, zdawało się nam bowiem, że konserwatyzm i ślepe uleganie modzie uniemożliwi wszelkie poważne zabiegi w podjętym kierunku. Na szczęście omyliliśmy się zupełnie, skoro na 15 uczestniczek w dyskusyi, oświadczyło się 7 kobiet stanowczo przeciw dzisiejszym torturom, 4 potępiły strój współczesny z hygienicznego punktu widzenia, 1 poleca gorset osobom tęgim, a tylko 2 nie mogły się wyzwolić z kajdan im narzuconych. A zatem niespełna 15% kobiet nie pragnie uwolnić się z jarzma despotycznej mody, a 85% (!) czeka tylko na hasło wyzwolenia, aby zrzucić z siebie okowy.

Objaw ten jest nader pocieszający, i tuszyć możemy nadzieję, że niedaleka przyszłość stworzy warunki normalnego rozwoju kobiet, przywróci im zdrowie i olśni urodą.

Tak przedstawia się bilans ogólny dyskusyi, a obecnie poddamy bezstronnej i rzeczowej krytyce poszczególne wywody.

*) Zob. №№ 10—18 „Kosmetyki“.

Do słów P. Wandy P. byłyby zbyteczne wszelkie dodatki uzupełniające, ponieważ Jej uwagi — acz krótko skreślone — wyczerpują niemal zupełnie trzeźwo obmyślane zapatrywania na kwestyę stroju kobiecego. Zarzut, uczyniony Jej w dyskusyi, jakoby Jej piękna budowa nie potrzebowała korektury, nie osłabia wcale wrażenia Jej rozsądnych wywodów, albowiem właśnie pięknie zbudowane kobiety sznurują się niemiłosiernie, celem rzekomego utrzymania pięknych kształtów ciała.

P. Marya M. należy niestety—do tej nielicznej garstki kobiet, które w nieświadomości karłowacenia płci pięknej i całej ludzkości, pragną oddać hołd wynalazcy przyrządu nad wyraz zgubnego. Ze słów P. Maryi M. wieje brak elementarnych wiadomości o zgubnym wpływie gorsetu, stąd to pochodzą owe hymny pochwalne dla jego wynalazcy. Przekonani jesteśmy, że P. M. jak wiele innych dawnych zwolenniczek gorsetu — zmieni swe zapatrywania i nie będzie nadal dopatrywała się w gorsecie niewinnej zabawki.

P. M. uznaje „przedewszystkiem“ konieczną potrzebę gorsetu dla kobiet tęgich, niepomna faktu, iż właśnie tuszę wytwarza i arcynieestetycznie uwydatnia... gorset. W dalszym wywodzie radzi P. M. zaopatrzyć się w „dobrze zrobiony gorset, który powinien się rozszerzać dowolnie przy oddychaniu“.

Otóż — gorsetu „dobrego“ nikt nigdy nie stworzy, ponieważ klatka piersiowa rozszerza się od góry ku dołowi, a gorset stanowi przeciwieństwo jej budowy, zwężając się ku dołowi coraz bardziej. Aby zaś gorset przylegał w każdej fazie oddechu, musi być ciasny; elastyczny gorset wysila nadmiernie energię mięśni klatki kosztem sił całego organizmu.

Przyznać wszelako musimy słuszność uwadze końcowej P. M. M., że gorset (nie tylko wysoki) wytwarza moment arcynieestetyczny przez skrócenie dolnej części ciała.

P. Zofia S. przyznaje otwarcie, że kobieta dzisiejsza na ogół jest cierpiąca, a jako lekarstwo na liczne wyszczególnione przypadłości zaleca gorset, który w przeważnej liczbie przypadków stanowi przyczynę owych schorzeń, motywując swe stanowisko momentem estetycznym. Uwagi P. Z. S. nie wytrzymują krytyki wobec badań porównawczych kobiet z epoki przedgorsetowej i dzisiejszej, które wykazały deformacyę ciała kobiecego. Deformacya i zeszpecenie są pojęciami identycznemi, a chyba nikt nie nazwie zeszpecenia... pięknem.

Łudzi się P. Anna K. twierdząc, iż gorset da się luźnie nosić, bo wolno założony gorset musi przy pierwszym już wydechu opaść, a wówczas mijamy się z celem, bo nietylko, że figura nic nie zyskuje, ale nadto staje się tęższą o grubość gorsetu, tudzież nogi się pozornie skracają.

A teraz kilka słów w kwestyi projektu „Życzliwej“, zasadzającego się na kontroli lekarskiej nad

pracownią gorsetów i stanem zdrowia klientek magazynu.

Wychodząc z założenia, iż gorsetu hygienicznego niema i nie będzie, uważamy wszelką kontrolę lekarską nad wyrobem „hygienicznych“ gorsetów za nieuzasadnioną, a dla powagi stanu lekarskiego za nieetyczną. Kontrolę lekarską uważać należy za pokrywę i ponętę w celach reklamy, zwłaszcza w czasach dzisiejszych, kiedy nietylko lekarze, lecz i laicy odwracają się z pogardą od zgubnych akcesoryów mody. A właśnie Paryż zdobywa się na coraz skuteczniejsze metody pozyskiwania łatwowiernej publiczności; wszak w Paryżu skombinowała lekarka Madame Gaches-Sarraute gorset „hygieniczny“, urągający wszelkim zasadom hygieny i estetyki, a publiczność nabywa je w przekonaniu, że one „nic a nic nie zaszkodzą“. „Coś podobnego“ u nas niemożliwe, bo etyka lekarzy Polaków nie zezwoliłaby na działalność wbrew wiedzy i sumieniu, ze szkodą ludzkości, której zdrowie i życie mają w swej pieczy.

Powinnością lekarzy jest uświadamiać ogół w kwestyi zgubnych wpływów mody, ostrzegać pacyentów przed następstwami przewężania ciała, polecać zdrowotną, a odrzucać i potępiać szkodliwą wytwórczość fabrykantów, a nie użyczać swej powagi i posłannictwa sprawie, wyrządzającej niechybną szkodę zdrowiu.

Inną jest kwestya badania ze strony lekarza organizmu młodych dziewcząt, którym matki pragną narzucić gorset; w tych razach ciąży na lekarzu obowiązek rozstrzygnięcia, czy dziewczęciu nie zagrażają poważne następstwa ze strony gorsetu.

W odpowiedzi na wywody „Modniarki“ wyrażamy przykrość, że osoba o tak wybitnym talencie przystosowywania stroju do indywidualnych warunków kobiet, nie dała się dotąd poznać szerszej publiczności drogą „Kosmetyki“ w sposób, jaki uznałaby za najkorzystniejszy.

„Gorset“ P. Malinowskiej, skonstruowany w fantazyi, oddałby kobietom niepospolitą usługę, gdyby nie był... utopią.

Dla ścisłości nadmieniamy, że gorset, „dający oparcie dla kolumny pacierzowej“, musi być sztywny i obcisły, a taki krępuje swobodę ruchów i upośledza obieg krwi.

Zdaje nam się wszelako, że P. M. miała na myśli ciasny staniczek, „nie przyciskający figury“, który niefortunnie „gorsetem“ nazwała. Staniczek taki jest stanowczo mniej szkodliwy, aniżeli gorset, jednakowoż zbyteczne byłoby zaopatrywanie stanika w podporę dla kolumny pacierzowej, której sprawność staje się tem większa, im swobodniejszą jest w ruchach.

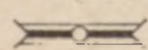
W każdym razie należy się uznanie P. M., która potępia dzisiejsze modele gorsetów. Na zapatrywanie P. Kazimiery W., że strój powinien „ukrywać wady i uwydatniać zalety ciała kobiecego“, godzimy się w zupełności.

Nie należy jednak zapominać, iż korektury budowy ciała wymaga zaledwie jedna na 5000 kobiet. Zapytujemy przeto: w jakim celu posługuje się 4999 kobiet, normalnie zbudowanych, uniwersalnym przyrządem „ortopedycznym“? Chyba tylko w celu zbliżenia się budową do zniekształconego ciała owej jednej, przez naturę upośledzonej.

A już zupełnie niezrozumiałe jest dla nas „uwydatnienie zalet ciała kobiecego“ za pomocą przyrządu, który nie zostawia nawet śladów z jego naturalnych i wspaniałych linji.

Mylne jest zapatrywanie P. Kaź. W., jakoby estetycy i hygieniści różnili się w zapatrywaniach odnośnie do rodzaju gorsetu; jedni i drudzy, jak również

Dokąd jechać na lato?



IV.

Kąpiele siarczane.

Kąpiele borowinowe (błotne) i solankowe—jak zaznaczyłem—oddają wielkie usługi w chorobach kobiecych i cierpieniach reumatycznych; osoby jednak, mające bardzo wraźliwą i skłonną do wyrzutów skórę, kąpieli takich nie znoszą. Dla takich osób właściwsze są kąpiele siarczane, które — rzec można — są specyfikiem przy leczeniu wszelkiego rodzaju *chorób skórnych przewlekłych*, *zniekształcającego reumatyzmu i rwy kulszowej* (*ischias*).

Znaną jest wszystkim niezawodnie lecznicza wartość siarki w zwalczaniu chorób skórnych. Jest to środek dobry i wypróbowany. Mydło siarczane i maść siarczana stosowane są bardzo często w cierpieniach skóry na tle pasorzytniczem; jeszcze lepsze wyniki daje siarka w postaci mułu siarczanego, który dzięki miękkiej konsystencji dokładnie przylega do ciała i znakomicie goi przewlekły wyprysk (eczemę), świerzbiączkę, świąd skóry oraz przewlekłe owrzodzenia tejże.

Leczenie zniekształcającego przewlekłego reumatyzmu, podagry oraz rwy kulszowej, które niekiedy nie ustępują pod wpływem najenergiczniejszego nawet leczenia —dzięki kąpielom siarczano-mułowym daje wyniki bardzo zadawalniające. Czynnikiem leczniczym jest tutaj obok siarki, silnie związanej chemicznie i nie ulatniającej się, również wysoka ciepłota zdrojów siarczanych: wilgotne ciepło działa przeciwzapalnie i kojąco, powodując wessanie nacieczeń.

Ilość, częstość i czas trwania takich kąpieli może oczywiście określić jedynie lekarz zdrojowy, w zależności od każdego poszczególnego przypadku.

Lekarz też tylko zadecydować może, czy prócz kąpieli potrzebne są jeszcze zabiegi dodatkowe, jak

artyści malarze, pracują usilnie nad wyrugowaniem wszelkich gorsetów, a dzieła ostatnich w literaturze zagranicznej są tego niezbitym dowodem.

Kobietom, myślącym na sposób P. Z. Pruskiej, należy się cześć i uznanie. Z prawdziwą rozkoszą wielu czytało Jej słowa.

Żywo sobie wyobrażam, jak kobieta pięknie musi być zbudowana, jeśli nie nosi gorsetu, a o utrzymanie swych pięknych kształtów ciała dba przy pomocy ruchu (spacerów, pracy umiarkowanej, sportów), jak to czyni P. Pruska.

Dobro ogółu wymaga, aby P. Pruska swe trzeźwe zapatrywania raczyła częściej zamieszczać na łamach „Kosmetyki“.

(Dokończenie nastąpi).



Morze jako czynnik hygieniczny i kosmetyczny.

(Dokończenie).

Mówiąc poprzednio o dodatnim wpływie morza, zaznaczyłem, iż wpływ ten wyraża się w: 1) pobudzeniu przemiany materji, 2) powiększeniu apetytu, 3) polepszeniu snu, 4) unormowaniu krwiobiegu i 5) wzmocnieniu systemu mięśniowo-nerwowego.

Największe znaczenie ma dla nas morze jako lek skuteczny, zwalczający następujące choroby: 1) zołzy, 2) błednicę, 3) neurastenię, 4) migrenę, 5) choroby skóry, 6) choroby włosów. Na tem właśnie polega jego wartość *leczniczo-kosmetyczna.*

Zołzy, czyli skrofuloza, są jednem z najcięższych i najczęstszych cierpień u dzieci i powinny być energicznie zwalczane; należy przedewszystkiem leczyć *zapobiegawczo* cały szereg cierpień skrofulicznych, będących pierwszym etapem na drodze do *gruźlicy.*

Dzieci skrofuliczne odznaczają się, jak wiadomo, małą odpornością na wszelkiego rodzaju szkodliwe wpływy zewnętrzne, wobec czego łatwo ulegają zaziębieniom, katarom nosa, bólom gardła, najrozmaitszym wykwitom skórnym i chorobom włosów. Dzieci takie *„noszą w sobie zarodek przyszłej gruźlicy“* zarówno ogólnej jak i miejscowej, t. j. gruźlicy stawów, kości kończyn i kręgosłupa, gruczołów chłonnych etc.

Gruźlica miejscowa zeszpeca niekiedy okropnie takie dzieci, czyniąc je na całe życie kalekami, to też nieodzowną staje się potrzeba odrodzenia całego ustroju tych słabych istot i uodpornienia ich na przyszłość. Dopiąć tego można: 1) zamianą złych codziennych warunków hygienicznych na lepsze i 2) podniesieniem sił żywotnych ustroju.

Pierwsze i drugie zadanie spełnia znakomicie morze, to też zagranicą w stosunkowo krótkim czasie powstał cały szereg uzdrowisk nadmorskich dla dzieci: Francya, Anglja, Niemcy, Austrya, Włochy i Belgja posiadają po kilkanaście takich stacji, a ilość ich z roku na rok się powiększa.

Błednica i niedokrwistość rujnują w sposób przerażający nasze dziewczęta, które wyrastają nie na zdrowe, silne niewiasty, lecz na histeryczki. Coraz cięższe warunki bytu powiększają szeregi istot zdegenerowanych; ta niby wysoka kultura, którą się szczyci wiek XX, zepchnęła na szary koniec rozwój fizycz-

naprz. mięsienie (masaż), gimnastyka szwedzka, elektryzacja, picie wód mineralnych etc.

Co się tyczy wyboru zdrojowiska, to wybór taki zależny jest oczywiście od bardzo wielu warunków. Wyjazd zagranicę nie jest konieczny, gdyż i w kraju posiadamy dwa bardzo dobre uzdrowiska siarczane: Busko i Solec.

Szkoda jednak, iż zarządy tych zdrojowisk mało dbają o przysporzenie sobie większej ilości kuracjuszów, i pod tym względem konkurować nie mogą z zagranicznemi badami, które znaczne sumy wydają nie tylko na ulepszenia wszelkiego rodzaju, lecz i na broszury reklamowe, wiedząc, iż taka reklama zwróci im nie tylko koszta wszystkie, lecz przyniesie nadto znaczny zysk.

Do rzędu uzdrowisk zagranicznych, mających już ustaloną opinię, należy Akwizgran, Baden (pod Wiedniem), Piszczany i Trenczyn.

W ostatnich czasach przybył im groźny współzawodnik Nenndorf (w Hessen-Nassau). Temperatura kąpieli siarczanych stosowanych w Nenndorfie, sięga zazwyczaj 36⁰—40⁰; ciepło tych kąpieli działa uśmierzająco na bóle; równomierne ciśnienie powoduje wessanie nacieczeń, a sole siarczane działają przeciwreumatycznie. Statystyka chorych, leczonych w Nenndorfie (minimum trwania kuracji było 4 tyg.), przedstawia się w poszczególnych trzech grupach w sposób następujący:

1 grupa: 23% chorych, u których wyniki kuracji były *względnie* dobre: 1) polepszenie samopoczucia (snu i apetytu), 2) zwiększenie ruchliwości stawów i 3) zmniejszenie bólów.

2 grupa: 30% ze *znaczną* poprawą.

3 grupa: 21%—stała poprawa. Reszta, t. j. 17% chorych dotyczy przypadków, w których leczenie było bezskutecznem z powodu krótkiego trwania kuracji (2—3 tygodnie).

Dr. L. S.



ny; dorobek umysłowy nie idzie w parze ze zdrowiem, warunki życia urągają najelementarniejszym postulatom zdrowotności, to też coraz mniej między nami ludzi nawet *przeciętnie* zdrowych; przyszłe pokolenie coraz więcej karłowacieje, i dawna piękność stopniowo zanika, bo nasze bladolice, anemiczne dziewczęta, gdy wyjdą zamąż—skazane zostaną albo na niepłodność, albo też wydadzą na świat słabiutkie istotki ze wszelkiemi cechami degeneracji fizycznej.

Miarą fizycznej mocy młodych pokoleń może służyć bardzo charakterystyczny objaw: codzień wypuszczane są na rynek leczniczy nowe preparaty odżywcze, mające rzekomo istotom słabym nadać siłę lwa, a osobnikom zdenerwowanym—sprężystość i sprawność nerwów. Wielki popyt na te preparaty nie wymaga chyba komentarzy, a tymczasem nie leki są potrzebne, a uzdrowiska, nie pigułki,—a powietrze i ruch. Pod tym względem morze oddaje usługi nieocenione. Ten tylko mieć będzie pojęcie o dobroczynnym wpływie morza, kto widział bladą nierozwiniętą panienkę przed wyjazdem do morskich kąpieli, i zaróżowione, trochę opalone, lecz tryskające zdrowiem i olśniewające czarem rozwiniętych wdzięków to samo dziewczę—po powrocie z uzdrowiska morskiego.

Bardzo pouczające jest zestawienie cyfrowe wyników leczniczych na stacyach morskich w przebiegu błednicy, niedokrwistości i neurastenii. Wyniki leczenia zależne są w znacznej mierze od ilości dni przebytych w miejscowości morskiej.

Naprz. pobyt 6-tygodniowy daje 25% wyzdrowień, pobyt trzymiesięczny 40%, a półroczny—około 50%.

W ostatnich czasach zwrócono szczególną uwagę na ten fakt, iż pobyt w uzdrowisku morskiem zwalcza jeżeli nie zupełnie, to w każdym razie w znacznej mierze uporczywą *migrenę*. Odnosi się to jednak nie do każdej postaci migreny. Istota tego cierpienia nie została jeszcze dokładnie zbadaną, to też medycyna dotychczas nie zna jeszcze środka pewnego, radykalnego na tę chorobę; w tych atoli przypadkach, gdzie migrena nie jest dziedziczną, lecz źródło ma w anemii — morze bywa bardzo dobrym środkiem *zapobiegawczym*.

Przechodzę teraz do strony czysto *kosmetycznej* morza, t. j. pragnę omówić wpływ, jaki wywierają morskie kąpiele na skórę i włosy.

Rozpoczynam od *skóry*. Poprzednio już zaznaczyłem, że morskie kąpiele przeciwwskazane są w *chorobach* skórnych, to znaczy, iż używać tych kąpieli mogą jedynie osoby o skórze normalnej, i taką też mamy na względzie, mówiąc o wpływie morza na skórę. Wiadomo, iż zadaniem tej ostatniej jest nie tylko chronienie wewnętrznych narządów przed urazami; skóra jest przedewszystkiem jak gdyby filtrem ustroju; przez filtr ten przesączają się nazewnątrz różne szkodliwe dla ustroju fermenty i trucizny; te ostatnie, zalegając w tkankach, działają destrukcyjnie na cały ustrój i na skórę, która traci swą elastyczność, jędrność, świeżość i pokrywa się różnemi wykwitami Woda morska nie tylko oczyszcza *mechanicznie* skórę, lecz i dezynfekuje ją, odbierając od niej owe produkty przemiany materji; woda morska rozszerza pory skóry, ułatwiając niezmiernie t. zw. skórne oddychanie; zapobiega tak niepożądanym a szkodliwym dla zdrowia i urody: znużeniu, bezsenności, bólom i zawrotom głowy; ułatwiając wymianę gazów, woda morska tem samem nadaje piękny wygląd cerze, gdyż nie dopuszcza do łuszczenia się skóry, zatkania gruczołów skórnych, zmian barwikowych etc. — słowem, utrzymuje skórę w jędrnym stanie do późnej starości.

Ponieważ czystość i elastyczność skóry są główną podstawą (zwłaszcza u kobiet) jej piękności — więc częste kąpiele morskie dla względów hygienicznych i kosmetycznych wskazane są w pierwszym rzędzie u osób, dotkniętych niemiłą przypadłością — t. zw. nadmiernem poceniem się. Przypadłość owa jest bardzo przykrą, zarówno dla osób dotkniętych nią, jak i dla otoczenia. Morskie kąpiele zwalczają nadpotliwość jeżeli nie zupełnie, to przynajmniej w znacznym stopniu i jednocześnie zapobiegają tworzeniu się innej niemniej przykrej przypadłości, znanej pod nazwą „potówek“ i „wyprzenia“. Częste morskie kąpiele usuwają prawie zawsze ten wykwit.

Tyle à propos *skóry*. Co się tyczy *włosów*, to morskie kąpiele działają w tym kierunku podwójnie: 1) wpływają na zmianę *barwy* i 2) na *porost* włosów.

Co się tyczy barwy włosów, to zauważono, iż te ostatnie od morskich kąpieli prawie zawsze ciemnieją, przyczem sciemnienie to bywa chwilowem, t. j. po zaprzestaniu kuracji włosy odzyskują swoją pierwotną barwę, lub też (co zdarza się częściej) sciemnienie bywa stałe. Przyczyna takiego bądź co bądź dziwnego zjawiska nie została jeszcze należycie wyświetloną; nie wykluczoną jest reakcja chemiczna, mianowicie: sole, zawarte w wodzie morskiej, przy zetknięciu się z siarką włosów dają połączenia chemiczne o ciemnej barwie.

Gdyby hypoteza taka okazała się rzeczywiście trafną—pozyskalibyśmy w wodzie morskiej bardzo cenną i względnie tanią farbę do włosów, a co najważniejsza nieszkodliwą, gdyż woda morska nie zawiera ani lapisu, ani ołowiu, ani rtęci. Ciekawy jestem, jakby przyjęły odkrycie to nasze panie...

Co się tyczy wzmacniającego działania wody morskiej na włosy, to przedewszystkiem zauważyć muszę, iż po pierwszych kąpielach zazwyczaj włosy... wypadają; lecz to bywa tylko po *kilku pierwszych* kąpielach — poczem w miejsce tych co wypadły, wyrastają nowe, mocniejsze włosy. Po kilkumiesięcznym pobycie nad morzem pacjentki z zadowoleniem konstatują, że włosy ich stały się bujniejszemi, jedwabistemi i połyskującemi... i czego nieraz dokonać nie mogą najdroższe, najwykwintniejsze kosmetyki — dokonało morze. Czemu przypisać mamy ten zbawienny wpływ morza na włosy? Pod tym względem stworzono wiele teorji i robiono liczne przypusz-

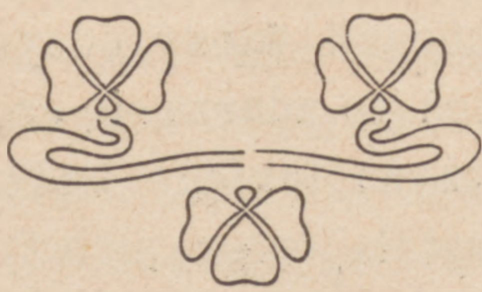
czenia. Jedni starają się wytłomaczyć ten zbawienny wpływ ogólnem wzmacniającem działaniem morskiego powietrza i morskich kąpieli, a zdaje się, iż ta teorja jest najprawdopodobniejszą: morze działa tonizująco na cały ustrój i na oddzielne jego narządy; wzmacnia ilościowo i jakościowo krew, przez co lepiej odżywiają się wszystkie tkanki; wzmacnia się znakomicie skóra, narządzy włosotwórcze — i w rezultacie mamy bujne włosy. Teorja powyższa daje się w całej rozciągłości zastosować do osób anemicznych, dziewcząt cierpiących na blednicę, u których w przebiegu tych chorób wypadają—prawie z reguły—włosy; następnie do osób po przebytych chorobach gorączkowych (tyfus, zapalenie płuc etc.); u tych osób, po przedsięwziętej kuracji morskiej, włosy odrastają, bez zastosowania jakichkolwiek bądź zabiegów miejscowych.

Podług innej teorji zbawienny wpływ morskich kąpieli na włosy zawdzięczyć należy obecności prądów elektrycznych w wodzie morskiej, lecz tego dowieść jeszcze nie zdołano.

Wreszcie inni starają się wytłomaczyć działanie morskich kąpieli składem chemicznym wody morskiej, przypisując największą wagę obecności związków żelaza i manganu, działających zbawiennie na cebulki włosowe. Teorja taka, aczkolwiek bardzo prawdopodobna, nie została jeszcze należycie wyświetloną.

Prace w zakresie tych teorji są w pełnym biegu, i z wynikami ich nie omieszkam zapoznać czytelników „Kosmetyki".

Dr. W. M.



Odpowiedzi Redakcji.

Brunetce. 1) Na zmiękczenie skóry u Sz. Pani wskazaną byłaby maść podług przepisu następującego:

Rp.
Lanoliny bezwodnej 15,0
Ol. migdał. 0,5
Boraksu 0,5
Gliceryny 8.0
Wody utlenionej 6,0
Ol. różanego 2 krople.

2) Faradyzacja włosów. 3) Mydło anthrasolowe Malinowskiego. 4) Woalka brunatna. 5) Morskie kąpiele. 6) W numerze dzisiejszym. 7) Za słowa uznania dla naszej pracy serdecznie dziękujemy.

P. Julji Kr. w Zoppotach. Hematogen Hommela jest odwłóknioną krwią, zmieszaną z winem i gliceryną. 2) Malz-Extrakt—Lecithol zawiera lecytynę, którą otrzymuje się z żółtek jaj; żółtko jaj zaś zawiera: 50% wody, a pozostałość składa się z ciał białkowych, soli mineralnych, tłuszczu, ciał barwnikowych i nieznacznej ilości cukru. 3) Mydło „Kił" jest nieszkodliwe.

P. Amelji St-iej. 1) Nie warto sprowadzać z Berlina przyrządu do naparzania twarzy. W Warszawie można nabyć tańszy i lepszy. Adres w rubryce ogłoszeń. 2) Mydło alkaliczne № II. 3) Boroxyl podług wskazówek, podanych w numerze 13. 4) W numerze poprzednim. 5) N i e p u d r o w a ć! 6) Woalka brunatna

Młodej. 1) Płukanie z zapachem fiołków podług przepisu następującego: nalewki z korzeni fiołkowych, wody różanej, spirytusu po 250,0, olejku z gorzkich migdałów 5 kropel. 2) Spirytus ogórkowy.

3) Rp.
Acidi salicylici
Sulf. praecip. $\overline{aa}$ 1,0
Mitini puri 60,0
Ol. oliv. q. s.
ut fiat ung.
MDS.

Należy prócz tego często myć *całe ciało* mydłem i wodą gorącą. 4) Skutecznie tylko elektrolizą.

Dotkniętej gęsią skórą. Częste kąpiele z dodatkiem mydła szarego i otr. migdałowych. Miejsca zajęte po kąpieli nacierać maścią następującą:

Rp.
Acidi salicylici 1,0
Sapon. vir. 5,0
Mitini puri 45,0
Ol. Lavandulae 3,0
MDS.

Andzi szatynce. 1) Odrosną. 2) Zawiera sublimat — szkodliwe. 3) *Pillules orientales* zawierają arszenik. 4) Woda utleniona. 5) Adresów lekarzy nie podajemy. 6) W dziale ogłoszeniowym. 7) 10% rozczyn formaliny.

Galicyance. Wyroby Pulsa i Malinowskiego ma na składzie firma Reim i S-ka w Krakowie.

P. Helenie K. Należy myć twarz rano i wieczorem gorącą wodą i mydłem alkalicznem № II, wcierając podczas mycia pianę tego mydła w części skóry, skłonne do pryszczy lub zajęte niemi. Po wytarciu twarzy szorstkim ręcznikiem wetrzeć Boroxyl za pomocą waty. Na noc należy wetrzeć nieco silniej Boroxyl w każdy pryszczyk oddzielnie; zropiałe pryszcze, po wyciśnięciu zawartości, zmyć 3% wodą karbolową. **Żadnych maści, żadnego pudru!**

Łodziance p. M. St. U osób szczupłych, małokrwistych i źle odżywianych, którym brak sił i apetytu, wyzdrowienie może nastąpić dopiero wtedy, gdy ich skóra nabędzie innych własności. Zewnętrzną oznaką takiej zmiany na lepsze jest powiększenie się pokładu tłuszczu podskórnego. Dawniej starano się zadość uczynić takiemu wskazaniu przez podawanie wewnątrz tranu. Wyniki takiego bezpośredniego dostarczania tłuszczu do tkanki podskórnej pod względem praktycznym były nieznaczne, ponieważ na wytwarzanie się tłuszczu podskórnego wpływa czynność gruczołów tłuszczowych, a wewnętrzne użycie tłuszczu wywiera wpływ minimalny. Niewątpliwy wpływ na powiększenie się ilości tłuszczu podskórnego wywiera arszenik. Ponieważ tkanka tłuszczowa modeluje kształty ciała, i od niej zależną jest elastyczność i jędrność skóry — warunkujące urodę, więc arszenik w szeregu środków kosmetycznych zajmuje miejsce wybitne. Taki sam wpływ wywiera *lecytyna*, będąca główną częścią składową *Malz-Extrakt-Lecitholu*.

P. J. S. № 9. 1) Na noc wetrzeć **lekko** niżej podany krem, a rano zmyć starannie gorącą wodą i mydłem neutralnem.

Rp.
Sol. hydrog. superox. 12%
Lanolini anhydr. $\overline{aa}$ 2,0
Agitatur exactiss. dein addet.
Resorbini 20,0

Aquae et glyc. ā 1,0
Zinci oxyd. 2,0
MDS. Zewnętrzne.

Krem powyższy należy wcierać **lekko**, i o ile skóra nie jest wrażliwą, można stopniowo co wieczór silniej wcierać. W razie podrażnienia skóry należy przerwać wcieranie kremu na kilka dni a w miejsce podrażnione wetrzeć maść cynkową i zapudrować mączką ryżową. Do chwili ustąpienia podrażnienia nie trzeba myć skóry ani wodą ani mydłem. *Rozumie się samo przez się, iż kremu tego nie można stosować do twarzy.* 2) W ciągu kilku tygodni krem mitinowy i woda gorąca *bez mydła.* 3) Woalka brunatna i krem ogórkowy.

Fryzjerowi. 1) Do sterylizowania szczotek i grzebieni w salonach fryzjerskich najlepiej nadaje się roztwór wody utlenionej, zawierający $1\frac{1}{2}\%$ dwutlenku wodoru na wagę. Roztwór taki należy trzymać w szkle, szczotki i grzebienie wkładać na 30 minut. Szczotki i grzebienie nie ulegają zepsuciu. 2) Przepis był podany w № 17.

Niedoświadczonej. 1) Ciepłe kąpiele z dodatkiem otrębów migdałowych. 2) Bez mydła. 3) Mydło „od łupieżu“ 4) W numerze dzisiejszym.

Dr. B. w M. 1) Ocenę tego środka podaliśmy w № 13. 2) Zawiera ołów. 3) Wkrótce zamieścimy. 4) Za słowa uznania serdecznie dziękujemy.

Lilii. 1) 10% rozczyn formaliny. 2) Raz na miesiąc. 3) Krem ogórkowy. 4) Mydło ichtyolowe Malinowskiego. 5) Benzoes i kamfora.



NADESŁANE.

Jedyne na Królestwo i Litwę
Pismo zdrojowe-sezonowe ilustrowane
„Zdrój Ciechociński“,

wychodzące **co sobota** w pełnym pokryciu 12 stronic i **3—4 razy w „Dodatkach Nadzwyczajnych“ wraz z listą gości.**

omawia ogólne i miejscowe sprawy wszystkich zdrojowisk polskich jako czujny doraźny **skorowidz ogólnego naszego ruchu kąpielowego** na ziemiach polskich, od uroczych Tatr począwszy a na morskich wybrzeżach Połągi skończywszy.

Obok tych specyalnych wiadomości i artykułów pierwszych powag naszego świata lekarskiego wyposażony jest **Zdrój Ciechociński w bogaty dział literacki,** na który składają się **nowelle, humoreski,** feljetony okolicznościowe, utwory poetyckie, barwna miejscowa kronika, opisy balów, odczytów, wycieczek, sceny teatralne, muzyczne, korespondencye z kraju i zagranicy. Szeroki dział informacyjny posiada informacye do podróży koleją, parostatkami, projekty wycieczek w kraju i zagranicą, wreszcie **Dział ogłoszeniowy nader cenny dla firm pierwszorzędnych przez wielką poczytność „Zdroju“ we wszystkich miejscach kąpielowych Królestwa, Litwy, Galicyi i Ks. Poznańskiego.**

Wszyscy prenumeratorzy „Zdroju“ mają cenny przywilej, iż za pośrednictwem redakcyi „Zdroju“ abonować mogą po znacznie zniżonej do połowy cenie, wraz z przesyłką pocztową, jedyne w swoim rodzaju specyalne pismo tygodniowe

„KOSMETYKĘ“,

jako najlepszy poradnik w sprawach **hygieny i piękności ciała.**



MYJCIE SYSTEMATYCZNIE GŁOWĘ!

Używając do tego tylko proszku

Shampoon



z czarną głową, który istotnie oczyszcza włosy od łupieżu, usuwa nadmierne wytwarzanie się tłuszczu na głowie, robi włosy bujnemi i błyszczącemi, oczyszcza cebulki włosów, zapobiega wypadaniu, nawet rzadkim włosom nadaje wygląd gęstych.

Własności te stwierdzone zostały ogromną ilością prób. Niezbędne dla Pań i Panów.

wystrzegać się na śladownictwa!
Shampoon prawdziwy jest tylko z czarną głową na etykiecie. Paczki z zapachem fijołków. po 20 kop. za sztukę nabywać można w aptekach, składach aptecznych i perfumeryjn.

Jedyny fabrykant:
Hans Schwarzkopf, Berlin-Charlottenburg 2.

ŚRODKI do ZĘBÓW

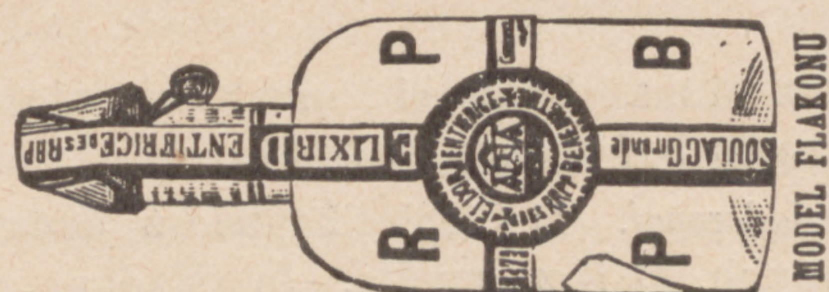
ELIKSIR, PROSZEK i PASTA

Ojców BENEDYKTYNÓW

Opactwa SOULAC

WAŻNA UWAGA:

Flakony eliksiru Benedyktynów nie opatrzone plombą komory celnej rossyjskiej powinny być uważane za podrobione.



Nowości hygieniczne

A. Siou & C°

Dla pielęgnowania piękności.

dla koloru skóry	Gliceryno-waselinowe Krem i Puder „**Młodości**".
dla wybielenia i udelikatnienia skóry	Gliceryno-waselinowe Mydło „**Młodości**".
dla wzmocnienia dziąseł	Eliksir do zębów Antyseptyczny radykalny środek „**Dentol**".
przeciw wypadaniu włosów	**Capillogéne** jedyny środek na wzmocnienie włosów.
przeciw przedwczesnej siwiźnie	**Capillerine** zupełnie nieszkodliwy przywraca siwym włosom pierwotny kolor.
przeciw piegom i nieczystościom skóry	**Eau de Lys** Woda liljowa znakomicie upiększająca.

!! Sprzedaż wszędzie !!

Magazyn własny { Marszałkowska 116, Telefon 14-06.

Natychmiastowa

Farba do włosów

„Wieczna młodość"



natychmiast i naturalnie barwi włosy na kolor czarny, szatyn i kasztanowy.

Cena 1 rb.

„St.-PETERSBURSKIE LABORATORJUM CHEMICZNE"

(założone w r. 1860)

Do nabycia w znaczniejszych perfumerjach i składach aptecznych.

Józef Melnik

Warszawa Graniczna 6, telef. 57.49. Wanny parowe do twarzy, po cenie rb. 7 i 12.

Towarzystwo Akcyjne

„St. Petersburskie Laboratorjum Chemiczne"

(założone w roku 1860)

Izmajłowski prosp. № 27.

Medal Złoty Paryż 1900 r.

WODA KOLOŃSKA podwójna.

WODA KOLOŃSKA potrójna.

WODA KOLOŃSKA № 4 (Ekstrakt)

w gatunku nie ustępujące wyrobom zagranicznym.

DO NABYCIA WSZĘDZIE.



Ze względu na często powtarzające się podrabiania, Towarzystwo „St.-Petersburskie **Laboratorjum Chemiczne**" uprasza o zwrócenie szczególnej uwagi na nazwę firmy, składającą się **tylko z trzech** wyrazów: *„St.-Petersburskie Laboratorjum Chemiczne"*, oraz marki Towarzystwa z wizerunkiem pomnika **Cesarza Piotra Wielkiego**, znajdującego się w Petersburgu na placu Senatskim.



!! PIEGI !!

usuwa radykalnie i nadaje piękną cerę najlepszy w świecie

HENRY'S

Metamorphosis Cream.

Dostać można we wszystkich składach aptecznych, aptekach i perfumerjach Skład główny w firmach:

Br. ORSZAGH,
Leszno 17.

HENRYK WELT,
Przejazd 5.

PERUIN



Wypadania włosów i łupieżu, jak każdą inną chorobę, nie należy nigdy zaniedbywać, lecz w miarę możności wcześnie przystępować do ich leczenia za pomocą **najnowszego środka przeciw wypadaniu włosów i łupieżowi**

„PERUIN."

Sprzedaje się wszędzie po 1 rb. 75 k. za flakon lub wysyła się wprost ze składu na Królestwo Polskie: Tow. Akcyjne **HENRYK WELT, Warszawa Przejazd 5.**

Redaktor i Wydawca **Dr. H. Zamenhof.** Druk J. Kamińskiego, Nowy-Świat 48, Telefon 36 46.